

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT KELELAHAN PADA PENGENDARA OJEK ONLINE DI KOTA BANJARBARU TAHUN 2024

Rahmi Amini¹, Arifin², Abdul Khair³

Jurusan Kesehatan Lingkungan, Politeknik Kesehatan Banjarmasin

email : rahmiamini80@gmail.com

ABSTRAK

Kelelahan adalah hilangnya energi pada tubuh, akibatnya pemakaian energi yang berlebih karena menyelesaikan berbagai tugas. Pengendara ojek *online* merupakan salah satu pekerjaan berisiko mengalami kelelahan dan dapat berpotensi sebagai penyebab terjadinya kecelakaan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kelelahan pada pengendara ojek *online*

Jenis penelitian ini adalah analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini berjumlah 521 pengendara ojek *online* dan sampel penelitian diambil 53 pengendara ojek *online* dengan menggunakan Teknik *Proposional random sampling*. Analisis data menggunakan uji *Somers'd*.

Hasil penelitian ini menggunakan uji *Somers'D* dengan ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas pengendara ojek *online* mengalami kelelahan dengan kategori rendah sebanyak 32 orang (40,4%). Terdapat hubungan antara posisi kerja ($p=0,008$), usia ($p=0,002$), lama kerja ($p=0,23$), masa kerja ($p=0,016$), dan kebiasaan merokok ($p=0,049$) dengan tingkat kelelahan pada pengendara ojek *online* di Kota Banjarbaru.

Disarankan kepada pekerja untuk bekerja tidak melampaui batas yang diperbolehkan (> 8 jam/hari). Saat mengendarai sepeda motor pastikan duduk dengan posisi yang nyaman dan ergonomis yaitu duduk dengan posisi tegak secara alamiah (tidak membungkuk). Serta Memperbaiki gaya hidup, seperti meningkatkan durasi tidur, malakukan aktivitas fisik yang cukup, dan mengelola stress dengan baik agar tubuh tidak mengalami kelelahan.

Kata Kunci : Posisi Kerja, Usia, Lama Kerja, Masa Kerja, Kebiasaan merokok, dan Tingkat Kelelahan

Received: Agustus 2024

Reviewed: Agustus 2024

Published: Agustus 2024

Plagirism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

ABSTRACT

Fatigue is the loss of energy in the body, as a result of excessive energy use due to completing various tasks. Online motorcycle taxi drivers are one of the jobs at risk of fatigue and can potentially cause accidents. fatigue and can potentially cause accidents. The purpose of This study aims to determine the factors associated with the level of level of fatigue in online motorcycle taxi drivers.

This type of research is analytic with cross sectional research design. The population in this study amounted to 521 online motorcycle taxi drivers and the research sample was taken 53 online motorcycle taxi drivers using proportional random sampling technique. Data analysis using Somers'd test.

The results of this study used Somers'D test with ($\alpha = 0.05$). The results of this study indicate that the majority of online motorcycle taxi drivers experience fatigue in the low category as many as 32 people (40.4%). There is a relationship between work position ($p=0.008$), age ($p=0.002$), length of work ($p=0.23$), tenure ($p=0.016$), and smoking habits ($p=0.049$) with the level of fatigue in online motorcycle taxi drivers in Banjarbaru City.

It is recommended that workers do not work beyond the allowable limit (> 8 hours/day). When riding a motorcycle, make sure to sit in a comfortable and ergonomic position, namely sitting in a naturally upright position (not slouching). And improve lifestyle, such as increasing sleep duration, doing enough physical activity, and managing stress well so that the body does not experience fatigue.

Keyword : *Work Position, Age, Length of Work, Tenure, Smoking habits, and Level of Fatigue*

PENDAHULUAN

Ojek online adalah moda transportasi pribadi yang banyak digunakan untuk pengiriman barang, makanan, dan penumpang, terutama di kota besar seperti Banjarbaru. Kehadiran ojek online telah menciptakan banyak peluang kerja bagi masyarakat setempat, namun pekerjaan ini sering kali melibatkan jam kerja yang tidak terbatas, yang dapat menyebabkan kelelahan. Penelitian menunjukkan bahwa kelelahan kerja berkaitan erat dengan lama kerja, serta berbagai faktor seperti usia, aktivitas fisik, dan waktu istirahat yang tidak memadai. Hal ini berpotensi meningkatkan risiko kecelakaan lalu lintas, mengingat angka kecelakaan yang tinggi di Indonesia, khususnya di Kalimantan Selatan dan Banjarbaru. Dengan data menunjukkan bahwa sebagian besar pengemudi ojek online bekerja lebih dari 8 jam sehari dan memiliki masa kerja lebih dari 5 tahun, terdapat kebutuhan mendesak untuk menyelidiki lebih dalam faktor-faktor internal yang mempengaruhi tingkat kelelahan pada pengemudi ojek online di Kota Banjarbaru.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat analitik dengan tujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kelelahan pada pengendara ojek online di Kota Banjarbaru. Penelitian menggunakan desain cross-sectional, di mana data dari variabel penyebab (independen) dan variabel akibat (dependen) dikumpulkan dan diukur secara bersamaan. Juga melibatkan populasi pengendara ojek online di Kota Banjarbaru, yang berjumlah 521 orang tersebar di berbagai basecamp. Sampel penelitian diambil secara proporsional menggunakan teknik proportional random sampling untuk memastikan representativitas dari setiap basecamp. Total sampel yang digunakan adalah 53 pengendara, yang dihitung dengan mengambil 10% dari total populasi. Jumlah sampel dari setiap basecamp dihitung berdasarkan proporsi jumlah populasi di masing-masing basecamp. Misalnya, basecamp dengan 15 pengendara memiliki 1 sampel, sementara basecamp dengan 61 pengendara memiliki 6 sampel. Perhitungan ini memastikan bahwa setiap basecamp terwakili secara proporsional dalam penelitian ini.

Perhitungan sampel penelitian

$$n = \frac{10}{100} \times N$$

Perhitungan sampel setiap basecamp

$$p = \frac{\text{Jumlah setiap basecamp}}{\text{Jumlah populasi}} \times \text{Jumlah sampel}$$

Keterangan :

n : Sampel
N : Populasi

Penelitian ini berfokus pada faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kelelahan pada pengendara ojek online di Kota Banjarbaru. Peneliti berupaya mencari solusi terhadap permasalahan kelelahan yang dialami oleh para pengendara melalui analisis berbagai faktor yang mungkin terkait. Dalam definisi operasional penelitian, variabel yang diteliti dibagi menjadi variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen) sebagai berikut :

a. Variabel Penelitian:

- o Variabel Bebas: Posisi kerja, usia, lama kerja, masa kerja, kebiasaan merokok.
- o Variabel Terikat: Tingkat kelelahan.

b. Definisi Operasional:

- o Posisi Kerja: Risiko berdasarkan skor REBA.
- o Usia: Tua (41-60 tahun), Muda (20-40 tahun).
- o Lama Kerja: >8 jam/hari (melewati), <8 jam/hari (tidak melewati).
- o Masa Kerja: >5 tahun (lama), <5 tahun (baru).
- o Kebiasaan Merokok: Perokok berat (>20 batang/hari), sedang (10-20 batang/hari), ringan (<10 batang/hari), bukan perokok.
- o Tingkat Kelelahan: Sangat tinggi hingga rendah berdasarkan skor IFRC.

Penelitian ini dilakukan di berbagai basecamp pengendara ojek online yang tersebar di Kota Banjarbaru. Penelitian dimulai dengan penyusunan proposal pada bulan September 2023, diikuti oleh kegiatan revisi proposal, pelaksanaan penelitian, dan penyusunan skripsi. Jadwal kegiatan penelitian dirinci sebagai berikut: seminar proposal dilakukan pada awal 2024, revisi proposal di bulan yang sama, pelaksanaan penelitian berlangsung dari Januari hingga April 2024, penyusunan skripsi dilakukan pada bulan Mei, dan seminar serta revisi skripsi diadakan pada bulan Juni. Pengumpulan naskah skripsi direncanakan untuk bulan-bulan terakhir di tahun 2024.

Terkait dengan analisis dan penyajian data penelitian, berikut yang dapat disajikan dari hasil penelitian :

a. Pengolahan Data:

- o Pemeriksaan Data (Editing): Memastikan kuesioner lengkap dan konsisten.
- o Pemberian Kode (Coding): Mengubah data huruf menjadi angka untuk kemudahan analisis.
- o Tabulasi (Tabulating): Mengorganisasi data mentah ke dalam tabel statistik.

b. Entry Data: Memasukkan data ke dalam komputer. Analisis Data:

- o Analisis Univariat: Mendeskripsikan karakteristik setiap variabel, termasuk distribusi, frekuensi, dan persentase.
- o Analisis Bivariat: Menguji hubungan antara dua variabel menggunakan uji Somers'd untuk data ordinal. Uji ini menentukan kekuatan korelasi dengan interval koefisien korelasi:
 - 0,00 – 0,25: Tidak ada/hubungan lemah
 - 0,26 – 0,50: Hubungan sedang
 - 0,51 – 0,75: Hubungan kuat
 - 0,76 – 1,00: Hubungan sangat kuat/semurna
- o Kriteria Uji:
 - Ho: Tidak terdapat korelasi bermakna jika nilai $p > 0,05$
 - Ha: Terdapat korelasi bermakna jika nilai $p < 0,05$

Penelitian ini mematuhi prinsip-prinsip etika untuk menghormati hak dan integritas partisipan. Pertama, informed consent diberikan kepada pengendara ojek online, memastikan mereka memahami tujuan penelitian dan memberikan persetujuan sebelum mengisi kuesioner. Selama penelitian, perlakuan adil dijamin untuk semua peserta tanpa memandang agama atau suku. Peneliti juga berkomitmen untuk melindungi peserta dari ketidaknyamanan fisik dan mental, serta mengatur pengumpulan data pada saat istirahat untuk menghindari kerugian bagi peserta. Selain itu, kerahasiaan data peserta dijaga dengan tidak mencantumkan nama pada kuesioner, dan peneliti menjelaskan pentingnya melindungi privasi partisipan.

HASIL DAN PEMBAHASAN**Hasil**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji kondisi pengendara ojek online di Kota Banjarbaru, mencakup aspek risiko kerja, usia, durasi kerja, lama bekerja, kebiasaan merokok, serta tingkat kelelahan. Dari hasil penelitian, mayoritas pengendara ojek online tergolong dalam kelompok posisi kerja dengan risiko sedang, mencapai 49% dari total responden. Pengendara didominasi oleh kelompok usia muda, yaitu 20 hingga 40 tahun, dengan persentase sebesar 63%.

Terkait durasi kerja, 57% pengendara menghabiskan waktu lebih dari 8 jam per hari, menunjukkan bahwa mereka bekerja di luar batas waktu yang dianjurkan. Di sisi lain, 63% pengendara tergolong baru, dengan lama bekerja kurang dari 5 tahun.

Dalam kebiasaan merokok, terdapat kesamaan antara kelompok perokok sedang dan bukan perokok, masing-masing dengan persentase 38%. Untuk tingkat kelelahan, sebanyak 61% pengendara mengalami kelelahan rendah, sementara 39% lainnya berada pada kategori kelelahan sedang.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan wawasan mengenai beban kerja yang signifikan pada pengendara ojek online, dengan sebagian besar dari mereka bekerja dalam durasi panjang tanpa istirahat cukup, yang berpotensi memengaruhi kesehatan fisik dan mental mereka.

No	Kategori	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Posisi Kerja			
1	Risiko Tinggi	9	17%
2	Risiko Sedang	26	49%
3	Risiko Rendah	18	34%
Usia			
1	41-60 tahun	20	37%
2	20-40 tahun	33	63%
Lama Kerja			
1	> 8 jam/hari	30	57%
2	< 8 jam/hari	23	43%
Masa Kerja			
1	> 5 tahun (lama)	20	37%
2	< 5 tahun (baru)	33	63%
Kebiasaan Merokok			
1	Perokok Berat	3	5%
2	Perokok Sedang	20	38%
3	Perokok Ringan	10	19%
4	Bukan Perokok	20	38%

Tingkat Kelelahan

1	Sedang	21	39%
2	Rendah	32	61%

Pembahasan

Data Analisis Hasil yang diperoleh sebagai berikut :

1. Posisi Kerja dan Kelelahan Ada hubungan signifikan antara posisi kerja dan kelelahan (p-value 0,008, korelasi 0,279), dengan posisi tubuh yang tidak sesuai meningkatkan kelelahan.
2. Usia dan Kelelahan Usia mempengaruhi tingkat kelelahan secara signifikan (p-value 0,002, korelasi 0,408), terutama pada pengendara berusia 20-40 tahun yang mengalami kelelahan lebih tinggi.
3. Lama Kerja dan Kelelahan Lama kerja berhubungan signifikan dengan tingkat kelelahan (p-value 0,023, korelasi -0,299). Pengendara dengan lama kerja lebih panjang cenderung merasakan kelelahan lebih rendah.
4. Masa Kerja dan Kelelahan Masa kerja berhubungan signifikan dengan kelelahan (p-value 0,016, korelasi 0,327), menunjukkan bahwa pengendara yang telah lama bekerja mengalami kelelahan lebih besar.
5. Kebiasaan Merokok dan Kelelahan Kebiasaan merokok memiliki hubungan signifikan dengan kelelahan (p-value 0,049, korelasi 0,203), di mana merokok sedikit meningkatkan tingkat kelelahan.

Berikut untuk solusi yang bisa dijadikan pilihan :

1. Posisi Kerja: Pastikan posisi duduk saat berkendara ergonomis untuk mengurangi kelelahan.
2. Usia: Tingkatkan kualitas hidup dengan tidur yang cukup dan olahraga, terutama untuk pengendara muda.
3. Lama Kerja: Batasi waktu kerja hingga 8 jam/hari dan lakukan peregangan setelah bekerja.
4. Masa Kerja: Manfaatkan pengalaman pengendara senior dan atur jadwal kerja dengan baik.
5. Kebiasaan Merokok: Kurangi kebiasaan merokok dan pertimbangkan alternatif seperti permen.

Penelitian ini menghadapi beberapa kendala, termasuk sulitnya menjangkau pengendara ojek online akibat jadwal kerja mereka yang tidak menentu dan bervariasinya kondisi kerja yang dipengaruhi oleh waktu serta cuaca, yang dapat memengaruhi hasil penelitian.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kelelahan pada pengendara ojek online di Kota Banjarbaru, dapat disimpulkan bahwa posisi kerja pengendara terbagi dalam kategori risiko tinggi (17%), risiko sedang (49%), dan risiko rendah (34%). Mayoritas pengendara berada dalam kelompok usia muda (62,3%), bekerja lebih dari 8 jam per hari (57%), memiliki masa kerja baru (< 5 tahun) (62,3%), dan sebagian besar merupakan perokok sedang atau bukan perokok (38%). Tingkat kelelahan pengendara umumnya berada dalam kategori rendah (40,4%) dan kategori sedang (39,6%). Selain itu, analisis menunjukkan adanya hubungan signifikan antara faktor posisi kerja, usia, lama kerja, masa kerja, dan kebiasaan merokok dengan tingkat kelelahan yang dialami pengendara ojek online.

1. Instansi Terkait: Terapkan solusi teknologi untuk mempermudah manajemen waktu dan perjalanan pengendara, guna mengurangi kelelahan.
2. Pengendara Ojek Online: Batasi kerja hingga 8 jam/hari, perhatikan posisi duduk yang ergonomis, lakukan peregangan singkat, dan tingkatkan kualitas tidur serta aktivitas fisik. Kurangi merokok dan kelola stres dengan baik.
3. Peneliti Selanjutnya: Fokuskan pada kriteria inklusi seperti usia, kondisi ekonomi, atau jenis sepeda motor dalam penelitian kelelahan terkait lama kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Andreani, M. U. D., & Paskarini, I. (2013). Sikap Kerja yang Berhubungan dengan Keluhan Subjektif pada Penjahit di Jalan Patua Surabaya. *Jurnal Promkes*. Vol. 1(2):201–208.
- Arikunto, Suharsimi. (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arfianty, Desy. (2022). Trend Laka Lantas di Banjarbaru Meningkat, Meninggal Dunia Naik Dua Kali Lipat, Ini Angkanya. <https://www.kanalkalimantan.com/trend-laka-lantas-di-banjarbaru-meningkat-meninggal-dunia-naik-dua-kali-lipat-ini-angkanya/>.
- Ar-Syam, Aldy Rizaldi Febrian., Erlani., Ronny. (2023). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Driver Ojek Online Di Kota Makassar. *Jurnal. Jurusan Kesehatan Lingkungan Poltekkes Kemenkes Makassar*.
- Aplikasi Gojek. (2023). Kini Go-jek Hadir di 167 Kota dan Kabupaten Indonesia. <https://www.gojek.com/blog/gojek/go-jek-dimana-mana/>.
- Biro Komunikasi dan Informasi Publik. (2023). Tekan Angka Kecelakaan Lalu Lintas, Kemenhub Ajak Masyarakat Beralih Ke Transportasi Umum dan Utamakan Keselamatan Berkendara. Available at : <https://www.dephub.go.id/post/read/%E2%80%8Btekan-angka-kecelakaan-lalu-lintas,-kemenhub-ajak-masyarakat-beralih-ke-transportasi-umum-dan-utamakan-keselamatan-berkendara>. (Diakses tanggal 23 Oktober 2023).
- Datu, Meri Meilani Dorothy., Kawatu, Paul A.T., Mandagi, Chreisy K.F. (2019). Hubungan Antara Lama Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Pengendara Ojek Online Komunitas Manguni Rider Online Sario. *Jurnal. Universitas Sam Ratulangi Manado*.

- Dahlan, M. Sopiudin (2017). Salemba Medika Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan; Deskriptif, Bivariat, Dan Multivariat Dilengkapi Aplikasi Dengan Menggunakan SPSS.
- Depkes RI (2009). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan. Jakarta : Kementerian Kesehatan Indonesia.
- Dokolamo, Soraya,. Elwindra. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pengemudi Ojek Online di Jakarta Timur Tahun 2020. *Jurnal Persada Husada Indonesia*, Vol. 8, no. 29 : 24-29.
- Erwani, (2020). Pengukuran Beban Kerja Mental Terhadap Pengaruh Kelelahan Pengemudi Bus Antar Kota Dalam Provinsi Trayek Pontianak Tujuan Putussibau. *Jurnal. Universitas Tanjungpura*, Vol. 4(2), 96-102.
- Fadhlullah, Mahfuzh Labib. (2024) Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Ojek Online Di Kota Semarang. *Jurnal. Universitas Diponegoro*.
- Garbarino, Guglielmi, Sannita, Magnavita, Lanteri. (2018). Sleep and Mental Health in Truck Drivers: Descriptive Review of the Current Evidence and Proposal of Strategies for Primary Prevention. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 15(9):1–13.
- Hardisman. (2020). Analisis Data dan Statistik Kesehatan Dengan Program JASP. Padang, Sumatra Barat: Guepedia.
- Hignett, Sue. dan McAtamney, Lynn., (2000). Rapid Entire Body Assessment (REBA). *Applied Ergonomics*, 31(2000), pp.201-205.
- Heryana, Ade. (2020). Etika Penelitian Universitas Esa Unggul. Jakarta: ESU.
- Indreswari, Laksmi., Handhayani, S.F.L., Rony, P. (2022). Analisis Faktor Risiko Kelelahan Kerja pada Pengemudi Ojek Online di Wilayah Jember. *Jurnal. Universitas of Jember, Indonesia*.
- Ihsania, Elna. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Subjektif Pada Pengendara Ojek Online Di Wilayah Tangerang Selatan, Tahun 2020. Skripsi. Universitas Islam Negeri (UIN) Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Kemenperin. (2003). Undang - Undang RI No 13 Tahun 2003. Ketenagakerjaan (1).
- Kementerian Perhubungan RI (2008) Buku Petunjuk Tata Cara Bersepeda Motor di Indonesia, Dirjen Perhubungan Darat. Jakarta.
- Kusumaningrum, D., Samara, D., Widyatama, H. G., Parwanto, M. E., Rahmayanti, D., & Widiasyifa, S. A. (2021). Postur Tubuh dan Waktu Duduk dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah (LBP). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, Vol. 10(1), 74–81.
- Manuel, Josua Aditya., Wirawan, I Made Ady. (2020). Faktor Risiko Kelelahan Pada Pengendara Ojek Daring Di Jabodetabek Dan Denpasar. *Jurnal Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, Vol. 16, 161-170.

- Malik, Iriyani., Ikhrum, Hardi S., Abbas, Hasriwiani Habo. (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Di PT. Industri Kapal Indonesia (Persero) Makassar. *Window of Public Health Journal* (March): 580–89.
- Nurhafizhah, T, I H Susilowati, A Maulana, and M F Habibullah. (2018). Safety and Fatigue Risk Factors among Online Motorcycle Drivers in Depok City, Indonesia. *KnE Life Sciences*, Vol. 4(5): 702.
- Nurmianto. (2015). *Ergonomi Konsep Dasar dan Aplikasinya*, Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Notoadmodjo, Soekidjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoadmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Oksandi, H.R., Karbito, A. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr.H.BOB Bazar Kalianda Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, Vol. 1(1), 1-7.
- Rachmawati, Andira Aulia. (2022). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Driver Ojek Online di Komunitas Laskar Ampera Tahun 2022. Skripsi. Universitas Pembangunan Nasional Veteran, Jakarta.
- Rachmawati., Pravika, U, H. (2020). Analisis Pemenuhan Kebutuhan Kalori Berdasarkan Jenis Pekerjaan Pada Tenaga Kerja Di Area Tambang Bawah Tanah PT X Indonesia. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*.
- Rahmadi, Muhammad. (2023). Alami Kecelakaan di Landasan Ulin Banjarbaru, Ojol Beserta Motornya Masuk ke Saluran Drainase. Available at: <https://banjarmasin.tribunnews.com/2023/07/02/alami-kecelakaan-di-landasan-ulin-banjarbaru-ojol-beserta-motornya-masuk-ke-saluran-drainase>. (Di akses tanggal 20 Oktober 2023).
- Rizal, M. Elwinda. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja pada Pengendara Ojek Online di Jakarta Timur Tahun 2018. *Jurnal Persada Husada Indonesia*, Vol. 6(21), pp. 1-8.
- Rizaldy, A.B., Afriwardi, Sabri, Y.S. (2016). Hubungan Perilaku Merokok dengan Ketahanan Kardiorespirasi (Ketahanan Jantung-Paru) Siswa SMKN I Padang. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- Rully, Annisa Rahmayani. (2022). Analisis Kecerdasan Emosional Mahasiswa Tingkat II Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Cirebon. *Journal Ilmu Kesehatan*, Vol. 11, no. 1, pp. 1–11.
- Santoso, Slamet (2013). *Stasistika Ekonomi plus Aplikasi SPSS*, Ponorogo : Umpo Press.
- Setyawati. (2018). Hubungan Kondisi Lingkungan Rumah Dan Perilaku Keluarga Dengan Kejadian Pneumonia Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Demangan Kota Madiun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, Vol. 6(2), pp. 103–116.

- Septiari, Renny., Budiharti, Nelly. (2021). Identification of Musculoskeletal Complaints on Online Ojek Drivers Using NBM and RULA Methods. *Internasional Journal of Scientific Engineering and Science*, Malang, Indonesia.
- Septiani, A. (2017) Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) Pada Pekerja Bagian Meat Preparation PT. Bumi Sarimas Indonesia Tahun 2017, Skripsi. Universitas Islam Negri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung : IKAPI J Lexy, Meleong. 2017. *Metodologi penelitian Kualitatif*. 2016. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. R&D. Bandung : Alfabeta.
- Suma'mur. (2009). *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. Jakarta: Sagung Seto.
- Suma'mur. (2014). *Higiene dan Kesehatan Kerja*. Jakarta: Penerbit Karuniko, Universitas Terbuka.
- Susanti S, AP ARA. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja PT. Maruki International Indonesia Makassar. *Jurnal. Sinergitas Multidisiplin Ilmu Pengetah dan Teknol*. Vol. 2:231–7.
- Susilawati. (2023). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Pada Pekerja Driver Grab Kota Medan. *Jurnal*. Vol. 3(4): 329–36.
- Suwandi. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kelelahan Kerja (Fatigue) pada Pengemudi Ojek Online di Palopa-Makassar, *Jurnal. Universitas Mega Buana Palopa*, Vol 1 (2), 73-83.
- Tarwaka. (2014). *Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.
- Tarwaka. (2015). *Ergonomi Industri Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.
- Tarwaka, Solichul, H., Sudiajeng, L. (2004). *Ergonomi untuk keselamatan, kesehatan kerja dan produktivitas*. (1st ed.). Surakarta: UNIBA PRESS.
- Tarwaka. (2019). *Ergonomi Industri Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.
- Teixeira, Jules Ramon Brito., Mussi, Fernanda Carneiro., Araujo, Tania Maria De., Nagib, Eduardo. (2019). Factor Associated with the Capacity of Motorcycle Taxi Drivers. Vol-24.
- Truong, Long T., Tay, Richard., Nguyen, Hang TT. (2021). Investigating Health Issues of Motorcycle Taxi Drivers : A Case Study of Vietnam. Vol. 20.
- Prabaswari, A. D., Hamid, A. N., & Purnomo, H. (2020). The mental workload analysis of gojek drivers. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, Universitas Islam Indonesia.

- Prastuti, T. N., Martiana, T. (2017). Analisis Karakteristik Individu Dengan Keluhan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Taksi Di Rungkut Surabaya. *The Indonesian Journal of Public Health*. Vol. 12(1):64.
- Permenaker. (2018). Peraturan Menteri Tenaga Kerja No 5/2018 K3 Lingkungan Kerja. Peraturan Menteri Ketenagakerjaan Republik Indonesia No 5 Tahun 2018. Vol. 5:1–258.
- Polda Kalsel. (2023). Polda Kalsel Catat 843 Kasus Kecelakaan Lalu Lintas Sepanjang Tahun 2022. <https://tribratanews.polri.go.id/blog/keamanan-6/polda-kalsel-catat-843-kasus-kecelakaan-lalu-lintas-sepanjang-tahun-2022-52983>.
- Purbasari, A., Purnomo, A. J. (2019). Penilaian Beban Fisik Pada Proses Assembly Manual. *Sigma Teknik Universitas Riau Kepulauan*, Vol. 2(1), 123–130.
- Purwanto. (2008). *Ensiklopedi Fisika 3 Bumi dan Fenomena Alam*. Bandung: PT. Kiblat Buku Utama.
- Pradana. (2018). Gambaran Gangguan Fungsi Paru Pada Pemulung Yang Bekerja di Tempat Pemrosesan Akhir (Tpa) Pakusari Kabupaten Jember, *Jurnal. Universitas Jember*, pp. 1-99.
- Pratama, Reza Yudhistira Adi. (2020). Analisis Faktor Risiko Kejadian Kecelakaan Pada Pengemudi Ojek Online Mitra PT. X di Kota Semarang. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.
- Wahyuni, Dwi., Indriyani. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Produksi di PT. Antam Tbk. UBPP Logam Mulia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 11(1): 73–79.
- Wardhani, Dina Ayu. (2022). Perbedaan Tingkat Kelelahan Kerja Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Pengemudi Ojek Online. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Warsah, I., Daheri, M. (2021). *Psikologi: suatu pengantar*. Yogyakarta: Tunas Gemilang Press.
- World Health Organization. (2018). *Global status report on road safety 2018*. In Geneva (Switzerland): WHO.
- Wulanyani, N.M.S., Vembriati, N., Astiti, D.P., Rustika, I.M., Indrawati, K.R., Susilawati, L.K.P.A., Suarya, L.M.K.S., Lestari, M.D., Tobing, D.H., Wilani, N.M.A., Marheni, A., Widiasavitri, P.N., Budisetyani, P.W., Supriyadi, Valentina, T.D., Herdiyanto, Y.K. (2017). Ergonomi, Kereyakasaan Dalam Psikolog. *Jurnal. Universitas Udayana, Bali*
- Yuliani, Euis Nina Saparina. (2021). Studi Literatur : Pengukuran Beban Kerja." *Jurnal Penelitian dan Aplikasi Sistem & Teknik Industri (PASTI) XV(2)*: 194–205. p-ISSN 2085-5869.
- Yusuf, Madia Handika., Rifai, Muchamad. (2019). Hubungan Antara Beban Kerja Dan Lama Kerja Dengan Perasaan Kelelahan Pada Pekerja Heraton Craft Di Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal. Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta*. Vol. 005:1–12.